

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Makanan merupakan kebutuhan utama manusia. Makanan sangat dibutuhkan oleh tubuh, oleh sebab itu makanan harus diolah dengan baik dan benar supaya bermanfaat untuk tubuh Menurut Depkes RI (2003) dalam (Mandewi, 2018). Pola makan adalah sumber paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan (Rusman, 2018). Pola makan merupakan cara untuk menyesuaikan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi untuk tujuan tertentu. Pola makan dapat dilakukan dengan tujuan untuk menjaga kesehatan, pencegahan serta penyembuhan penyakit. Pola makan yang baik dapat diketahui dari kuantitas dan kualitas makanan yang dikonsumsi (Cristin Octaviani Sagala, 2021).

Menurut (Rusman, 2018) pola makan sehat dan seimbang sangat diperlukan untuk menjaga kesehatan tubuh pada setiap individu. Untuk memenuhi kebutuhan zat gizi dalam tubuh dibutuhkan pola makan yang seimbang berupa makanan dalam jumlah dan proporsi yang sesuai. Pola makan yang tidak seimbang dapat menyebabkan ketidak seimbangan zat gizi berupa kekurangan zat gizi atau kelebihan zat gizi dalam tubuh (Waryana, 2010) dalam (Dina Mariana, 2018). Jika pola makan seimbang tidak terpenuhi, maka cenderung mengakibatkan hemoglobin rendah atau anemia (Dina Mariana, 2018).

(Farida, 2014) dalam (Retang, 2019) menyatakan bahwa terdapat hubungan tingkat konsumsi gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Kecamatan Gebog Kabupaten Kudus. Serta penelitian (Lenny Valentina Sinaga, 2013)

menyatakan terdapat pengaruh pola makan yaitu asupan zat besi terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMA Dharma Pancasila. Kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan konsumsi pola makan dengan kejadian anemia.

Menurut (Sompie, 2015) dalam (Retang, 2019) anemia yakni dimana kadar hemoglobin di dalam darah rendah. Kecukupan besi dalam tubuh dan metabolisme besi dalam tubuh menjadi faktor yang mempengaruhi dari kadar hemoglobin (Bakta, 2016) dalam (Retang, 2019). Fungsi hemoglobin yakni untuk mengikat dan membawa oksigen dari paru untuk diedarkan ke seluruh tubuh (Astuti, 2013) dalam (Retang, 2019). Akibat rendahnya kadar hemoglobin dalam darah yakni kurangnya oksigen yang diedarkan ke sel tubuh maupun otak, sehingga menimbulkan gejala letih, lesu, lemah dan cepat lelah (Bakta 2016) dalam (Retang, 2019).

Menurut Adriani & Wirjatmadi 2012 dalam (Retang, 2019), dengan mengonsumsi makanan siap saji yang cenderung mengandung kalori, kadar lemak serta kadar gula tinggi namun rendah serat, vitamin A, zat besi, asam folat, kalsium serta vitamin B12 dan tidak mengonsumsi makanan sumber zat besi termasuk sayuran dan buah-buahan dapat menjadi suatu penyebab terjadinya hemoglobin rendah atau anemia. Pencegahan anemia dapat dilakukan dengan cara menjaga pola makan yang baik serta mengonsumsi protein hewani dan sayuran hijau setiap hari.

Kadar hemoglobin pada calon pendonor sangat berpengaruh terhadap resipien maupun calon pendonor. Jika pengambilan darah pada saat donor darah dilakukan dengan kadar hemoglobin yang tidak mencukupi ($\leq 12,5$ gr/dL), maka akan berakibat pada pada resipien dan calon pendonor. Yakni untuk calon pendonor akan mengalami anemia, sedangkan pada resipien tidak dapat mengalami penyembuhan secara

optimal. Salah satu faktor pengaruh dari kadar hemoglobin seseorang yakni dapat dinilai melalui status gizinya, karena status gizi merupakan suatu kondisi dimana tubuh sebagai dampak dari konsumsi pangan dan penggunaan zat gizi (Rini Indah Setyaningsih, 2018). Salah satu indikator keberhasilan dalam seleksi donor darah ialah memiliki nilai kadar hemoglobin 12,5-17 gr/dL.

Anemia masih menjadi masalah kesehatan dan prevalensinya sangat tinggi di berbagai negara didunia. Data WHO dalam Worldwide Prevalence of Anemia menyatakan bahwa total keseluruhan penduduk dunia yang menderita anemia sebanyak 1,62 miliar orang dengan prevalensi usia pra sekolah sebesar 47,4%, usia sekolah sebesar 25,4%, wanita usia subur sebesar 41,8% dan pria sebesar 12,7%.

Pada jangka waktu tiga bulan terakhir di UTD PMI Kabupaten Bojonegoro, didapatkan sebanyak 283 pendonor tidak lolos dalam seleksi donor dikarenakan masalah pada hemoglobin. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Antara Pola Makan Pendonor Saat Seleksi Terhadap Hemoglobin Rendah di UTD PMI Kabupaten Bojonegoro”.

1.2 Rumusan Masalah

“Apakah Terdapat Hubungan Antara Pola Makan Pendonor Saat Seleksi Terhadap Hemoglobin Rendah di UTD PMI Kabupaten Bojonegoro?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara pola makan pendonor saat seleksi terhadap hemoglobin rendah di UTD PMI Kabupaten Bojonegoro.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi nilai kadar hemoglobin pendonor pada saat seleksi donor
- b. Untuk mengetahui pola makan sebelum donor darah
- c. Mengidentifikasi nilai kadar hemoglobin berdasarkan pola makan pendonor di UTD PMI Kabupaten Bojonegoro

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Memberikan informasi mengenai hubungan antara pola makan pendonor terhadap hemoglobin rendah di UTD PMI Kabupaten Bojonegoro.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan manfaat bagi peneliti tentang hubungan pola makan pendonor terhadap hemoglobin.

b. Bagi Institusi

Sebagai sumber referensi dan bahan bacaan bagi institusi untuk melakukan penelitian lanjutan.

c. Bagi PMI

Dapat dijadikan bahan informasi untuk meningkat pelayanan kesehatan.